मंगलाचरण और प्रतिज्ञा (Mangalacharan and Pratijna): गाथा 1–2

गाथा **1**

- प्राकृत**:** णमिऊण सब्वसिद्धे झाणुत्तमग्गविददीहसंसारे। दस दस दो दो व जिणे दस दो अणुपेड्णं बोच्छे।। १।। 1
- हिन्दी**:** जिन्होंने उत्तम ध्यान के द्वारा दीर्घ संसार का नाश कर दिया है, ऐसे समस्त सिद्धों तथा चौबीस (10+10+2+2) तीर्थंकरों को नमस्कार कर बारह (10+2) अनुप्रेक्षाओं को कहूँगा।। १।। 1
- **English:** Having bowed to all the Siddhas, who have destroyed the long cycle of transmigration through supreme meditation, and to the twenty-four Jinas, I shall recite the twelve contemplations (Anuprekshas). 1

गाथा **2**

- प्राकृत**:** अद्धुवमसरणमेगत्तमण्णसंसारलोगमसुचित्तं। आसबवसंवरणिज्जरधम्मं बोहिं च चिंतेज्जो।। २।। 1
- हिन्दी**:** अध्रुव, अशरण, एकत्व, अन्यत्व, संसार, लोक, अशुचित्व, आस्रव, संवर, निर्जरा, धर्म और बोधि—इन बारह अनुप्रेक्षाओं का चिन्तन करना चाहिये।। २।। 1
- **English:** One should contemplate these twelve topics: Impermanence (Adhruva), Helplessness (Asharana), Solitariness (Ekatva), Distinctness (Anyatva), Transmigration (Sansara), Universe (Loka), Impurity (Ashuchitva), Inflow (Asrava), Stoppage (Samvara), Shedding (Nirjara), Religion (Dharma), and Enlightenment (Bodhi). 1

1. अध्रुव अनुप्रेक्षा (Adhruva Anupreksha - Impermanence): गाथा 3–7

गाथा **3**

- प्राकृत**:** वरभवणजाणवाहणसवणासणदेवमणुवरायाणं। मादुपिदुसजणभिच्चसंबधिणो य पिदिवियाणिच्चा।। ३।। 2
- हिन्दी**:** उत्तम भवन, यान, वाहन, शयन, आसन, देव, मनुष्य, राजा, माता-पिता, कुटुम्बी और सेवक आदि सभी अनित्य तथा पृथक हो जाने वाले हैं।। ३।। 2
- **English:** Grand mansions, vehicles, conveyances, beds, thrones, gods, humans, kings, parents, relatives, and servants—all these are impermanent and destined to be separated. 2

गाथा **4**

- प्राकृत**:** सामरगिंगदियरूव आरोग्गं जोव्वर्ण बलं तेजं। सोहग्ग लावण्णं सुरधणुमिव सस्सदमिदि चितए णिच्चं।। ४।। 2
- हिन्दी**:** सब प्रकार की सामग्री (परिग्रह), इन्द्रियाँ, रूप, निरोगता, यौवन, बल, तेज, सौभाग्य और सौन्दर्य—ये सब इन्द्रधनुष के समान हैं, शाश्वत् रहने वाले नहीं हैं अर्थात् सब नश्वर हैं।। ४।। 2
- **English:** All kinds of possessions, senses, physical beauty, health, youth, strength, splendor, good fortune, and charm are not eternal, just like a rainbow; they are all perishable. 2

गाथा **5**

- प्राकृत**:** जलबुब्बुदसक्कधणुखणरुचिघणसोहमिव थिरं ण हवे। अहमिदटठाणाइं बलदेवप्पहुदिपज्जाया।। ५।। 3
- हिन्दी**:** अहमिन्द्र के पद और बलदेव आदि की पर्यायें जल के बबूले, इन्द्रधनुष, बिजली और मेघ की शोभा के समान स्थिर रहने वाली नहीं हैं।। ५।। 3
- **English:** The positions of Ahamindra and the states of Baladeva, etc., are not stable, much like water bubbles, rainbows, flashes of lightning, or the fleeting beauty of clouds. 3

गाथा **6**

- प्राकृत**:** जीवणिबद्धं देह खारोदयमिव विणस्सदे सिग्घं। भोगोपभोगकारणदव्बं णिच्चं कहं होदि।। ६।। 3
- हिन्दी**:** जब दूध और पानी की तरह जीव के साथ मिला हुआ यह शरीर ही शीघ्र नष्ट हो जाता है, तब भोगोपभोग का कारणभूत द्रव्य (स्त्री, धन आदि परिकर) नित्य कैसे हो सकता है?।। ६।। 3
- **English:** When the body, which is bound to the soul like milk and water, perishes so quickly, how can the objects that cause sensory enjoyment—such as wealth or family—be eternal? 3

गाथा **7**

- प्राकृत**:** परमट्ठेण दु आदा देवासुरमणुबरायविभवेडिं। बदिरित्तो सो अप्पा सस्सदमिदि चितए णिच्चं।। ७।। 3
- हिन्दी**:** परमार्थ से आत्मा देव, असुर और नरेन्द्रों के वैभवों से भिन्न है और वह आत्मा शाश्वत है, ऐसा निरन्तर चिन्तन करना चाहिये।। ७।। 3
- **English:** In reality, the soul is distinct from the splendors of gods, demons, and kings. One should constantly contemplate that the soul alone is eternal. 3

यहाँ बारसाणुवेक्खा (द्वादशानुप्रेक्षा) की गाथा संख्या 8 से 20 तक का विवरण प्राकृत, हिन्दी और अंग्रेजी में दिया गया है:

2. अशरण अनुप्रेक्षा **(Asharana Anupreksha - Helplessness):** गाथा **8–13**

गाथा **8**

- प्राकृत**:** मणिमंतोसहरक्खा हयगयरहओ व सयलबिज्जाओ। जीवाणं ण हि सरण तिसु लोए मरणसमयम्हि।। ८।।
- हिन्दी**:** मरण के समय तीनों लोकों में मणि, मन्त्र, औषधि, रक्षक सामग्री, हाथी, घोड़े, रथ और समस्त विद्याएँ जीवों के लिये शरण नहीं हैं, अर्थात् मरण से बचाने में समर्थ नहीं हैं।। ८।।
- **English:** At the time of death, in all the three worlds, gems, mantras, medicines, protective means, horses, elephants, chariots, and all sciences are not a refuge for living beings; that is, they cannot save one from death.

गाथा **9**

- प्राकृत**:** सग्गो हवे हि दुग्गं भिच्चा देवा व पहरणं वज्जं। अइरावणो गइंदो इंदस्स ण विज्जदे सरणं।। ९।।
- हिन्दी**:** स्वर्ग ही जिसका किला है, देव सेवक हैं, वज्र शस्त्र है और ऐरावत गजराज है, उस इन्द्र का भी कोई शरण नहीं है—उसे भी मृत्यु से बचाने वाला कोई नहीं है।। ९।।
- **English:** Even for Indra, whose fortress is heaven, whose servants are gods, whose weapon is the thunderbolt, and whose mount is the elephant Airavata, there is no refuge; no one can save him from death.

गाथा **10**

- प्राकृत**:** णवणिडि चउदहरयण हयमत्तगइंदचाउरंगबलं। चक्केसस्स ण सरणं पेच्छतो कढदये कालो।। १०।।
- हिन्दी**:** नौ निधियाँ, चौदह रत्न, घोड़े, मत्त हाथी और चतुरंगिणी सेना चक्रवर्ती के लिये शरण नहीं है। देखते-देखते काल उसे नष्ट कर देता है।। १०।।

- **English:** The nine treasures, fourteen jewels, horses, intoxicated elephants, and the four-fold army are no refuge for a Chakravarti (universal monarch). Time destroys him even as he looks on.

गाथा **11**

- प्राकृत**:** जाइजरामरणरोगभयदो रक्खेदि अप्पणो अप्पा। तम्हा आदा सरणं बंधोदयसत्तकम्मवदिरित्तो।। ११।।
- हिन्दी**:** जिस कारण आत्मा ही जन्म, जरा, मरण, रोग और भय से आत्मा की रक्षा करता है, उस कारण बन्ध, उदय और सत्ता रूप अवस्था को प्राप्त कर्मों से पृथक रहने वाला आत्मा ही शरण है।। ११।।
- **English:** Since the soul alone protects itself from birth, old age, death, disease, and fear, the soul that stays distinct from the karmas in the states of bondage, rising, and existence is the only true refuge.

गाथा **12**

- प्राकृत**:** अरुहा सिद्धाइरिया उवज्झाया साहु पंच परमेठ्ठी। ते वि हु चिट्ठदि आदे तम्हा आदा हु मे सरणं।। १२।।
- हिन्दी**:** अरहन्त, सिद्ध, आचार्य, उपाध्याय और साधु ये पाँच परमेष्ठी हैं। चूँकि ये परमेष्ठी (शुद्ध) आत्मा में ही स्थित हैं, इसलिये आत्मा ही मेरे लिये शरण है।। १२।।
- **English:** Arhant, Siddha, Acharya, Upadhyaya, and Sadhu are the five supreme beings (Pancha-Parameshthi). Since these supreme beings reside within the (pure) soul, the soul alone is my refuge.

गाथा **13**

- प्राकृत**:** सम्मत्त सण्णाण सच्चारित्तं च सत्तवो चेव। चउरो चिट्ठदि आदे तम्हा आदा हु मे सरणं।। १३।।
- हिन्दी**:** चूँकि सम्यग्दर्शन, सम्यग्ज्ञान, सम्यक्चारित्र और सम्यक्तप—ये चारों भी आत्मा में ही स्थित हैं, इसलिये आत्मा ही मेरा शरण है।। १३।।
- **English:** Since the four—right faith, right knowledge, right conduct, and right penance—also reside within the soul, the soul alone is my refuge.

---

3. एकत्व अनुप्रेक्षा **(Ekatva Anupreksha - Solitariness):** गाथा **14–20**

गाथा **14**

- प्राकृत**:** एक्को करेदि कम्मं एक्को हिंडदि य दीहसंसारे। एक्को जायदि मरदि य तस्स फल भुंजदे एक्को।। १४।।
- हिन्दी**:** जीव अकेला ही कर्म करता है, अकेला ही दीर्घ संसार में भ्रमण करता है, अकेला ही जन्म लेता है, अकेला ही मरता है और अकेला ही कर्म का फल भोगता है।। १४।।
- **English:** The soul alone performs karma, alone wanders in the long cycle of transmigration, alone is born, alone dies, and alone reaps the fruits of its actions.

गाथा **15**

- प्राकृत: एक्को करेदि पावं विसयणिमित्तेण तिव्वलोहेण। णिरयतिरिएसु जीवो तस्स फल भूंजदे एक्को।। १५।।
- हिन्दी: विषयों के निमित्त तीव्र लोभ से जीव अकेला ही पाप करता है और नरक तथा तिर्यंचगति में अकेला ही उसका फल भोगता है।। १५।।
- **English:** Due to intense greed for sensory objects, the soul alone commits sins, and alone it suffers the consequences in hell or as an animal.

गाथा **16**

- प्राकृत: एक्को करेदि पुण्ण धम्मणिमित्तेण पत्तदाणेण। मणुवदेवेसु जीवो तस्स फल भूंजदे एक्को।। १६।।
- हिन्दी: धर्म के निमित्त पात्रदान के द्वारा जीव अकेला ही पुण्य करता है और मनुष्य तथा देवों में अकेला ही उसका फल भोगता है।। १६।।
- **English:** Through charity to worthy recipients for the sake of religion, the soul alone performs virtuous deeds, and alone it enjoys the rewards as a human or a celestial being.

गाथा **17**

- प्राकृत: उत्तमपत्तं मणियं सम्मत्तगुणेण सजुदो साहू। सम्मादिट्ठी सावय मज्झिमपत्तो हु विण्णेओ।। १७।।
- हिन्दी: सम्यक्त्व रूपी गुण से युक्त साधु को उत्तम पात्र कहा है, और सम्यग्दृष्टि श्रावक को मध्यम पात्र जानना चाहिये।। १७।।
- **English:** A monk endowed with the quality of right faith is called the highest (Uttama) recipient, and a lay-votary with right faith should be known as the medium (Madhyama) recipient.

गाथा **18**

- प्राकृत: णिदिद्वो जिणसमये अविरदसम्मो जहण्णपत्तो त्ति। सम्मत्तरयणरहिओ अपत्तमिदि संपरिक्खेज्जो।। १८।।
- हिन्दी: जिनागम में अविरत सम्यग्दृष्टि को जघन्य पात्र कहा गया है और जो सम्यग्दर्शन रूपी रत्न से रहित है वह अपात्र है, इस प्रकार परीक्षा करनी चाहिये।। १८।।
- **English:** In Jina's scripture, one with right faith but without vows is called the lowest (Jaghanya) recipient, and one devoid of the jewel of right faith is an unworthy (Apatra) recipient; thus should they be examined.

गाथा **19**

- प्राकृत: दंसणभट्टा भट्टा दंसणभट्टस्स णत्थि णिव्वाणं। सिज्झंति चरियभट्टा दंसणभट्टा ण सिज्झंति।। १९।।
- हिन्दी: जो सम्यग्दर्शन से भ्रष्ट हैं वे ही वास्तव में भ्रष्ट हैं, क्योंकि सम्यग्दर्शन से भ्रष्ट मनुष्य को मोक्ष प्राप्त नहीं होता। जो चारित्र से भ्रष्ट हैं वे तो सिद्ध हो जाते हैं परन्तु जो सम्यग्दर्शन से भ्रष्ट हैं वे सिद्ध नहीं हो सकते।। १९।।
- **English:** Those fallen from right faith are truly fallen, for liberation is not attained by one fallen from right faith. Those fallen from conduct may attain perfection, but those fallen from right faith cannot.

गाथा **20**

- प्राकृत**:** एक्को हं णिम्ममो सुद्धो णाणदंसणलक्खणो। सुद्धेयत्तमुपादेयमेवं चिंतेड संजदो।। २०।।
- हिन्दी**:** मैं अकेला हूँ, ममत्व से रहित हूँ, शुद्ध हूँ तथा ज्ञान-दर्शन रूप लक्षण से युक्त हूँ, इसलिये शुद्ध एकत्वभाव ही उपादेय है—ऐसा संयमी साधु को सदा विचार करना चाहिये।। २०।।
- **English:** "I am alone, devoid of attachment, pure, and characterized by knowledge and perception; therefore, pure solitariness alone is to be embraced"—thus should a self-controlled monk always reflect.

4. अन्यत्व अनुप्रेक्षा **(Anyatva Anupreksha - Distinctness):** गाथा **21–23**

गाथा **21**

- प्राकृत**:** मादापिदरसहोदरपुत्तकलत्तादिबंधुसंदोहो। जीवस्स ण संबंधो णियकज्जवसेण वटटंति।। २१।।
- हिन्दी**:** माता, पिता, सगा भाई, पुत्र तथा स्त्री आदि बन्धुजनों का समूह जीव से (वास्तविक) सम्बन्ध रखने वाला नहीं है। ये सब अपने-अपने कार्य के वश साथ रहते हैं।
- **English:** The group of relatives—mother, father, siblings, children, and spouse—has no real connection to the soul. They only stay together driven by their own individual tasks.

गाथा **22**

- प्राकृत**:** अण्णो अण्णं सोयदि मदो त्ति मम णाहगो त्ति मण्णंतो। अप्पाणं ण हु सोयदि संसारमहण्णवे बुड़डं।। २२।।
- हिन्दी**:** "यह मेरा स्वामी था, यह मर गया" इस प्रकार मानता हुआ एक जीव दूसरे जीव के प्रति शोक करता है, परन्तु संसार रूपी महासागर में डूबते हुए अपने स्वयं के प्रति शोक नहीं करता।
- **English:** Thinking "This was my master, he has died," one soul mourns for another, yet it does not mourn for itself as it drowns in the great ocean of transmigration.

गाथा **23**

- प्राकृत**:** अण्णं इमं सरीरादिगं पि होज्ज बाहिरं दव्वं। णाणं दंसणमादा एवं चिंतेहिं अण्णत्तं।। २३।।
- हिन्दी**:** यह जो शरीरादि बाह्य द्रव्य है, वह सब (मुझसे) अन्य है; ज्ञान-दर्शन ही आत्मा है—इस प्रकार अन्यत्व भावना का चिन्तन करो।
- **English:** All external substances like the body are distinct from me; knowledge and perception alone are the soul. Contemplate the nature of distinctness in this manner.

---

5. संसार अनुप्रेक्षा **(Sansara Anupreksha - Transmigration):** गाथा **24–38**

गाथा **24**

- प्राकृत: पंचविढे संसारे जाइजरामरणरोगभवपउरे। जिणमग्गमपेच्छंतो जीवो परिभमदि विरकालं।। २४।।
- हिन्दी: जन्म, जरा, मरण, रोग और भय से परिपूर्ण पाँच प्रकार के संसार (द्रव्य, क्षेत्र, काल, भव और भाव) में जिन-मार्ग को न पहचानता हुआ यह जीव चिरकाल से भ्रमण कर रहा है।
- **English:** In the five-fold cycle of transmigration filled with birth, old age, death, disease, and fear, the soul has wandered for a vast time without realizing the path shown by the Jina.

गाथा **25**

- प्राकृत: सव्वे वि पोग्गला खलु एगे भुंजुज्झिया हु जीवेण। असवं अणंतखुत्तो पुग्गलपरियट्टसंसारे।। २५।।
- हिन्दी: पुद्गल परिवर्तन (द्रव्य-परावर्तन) रूप संसार में इस जीव ने अकेले ही समस्त पुद्गलों को अनन्त बार भोगकर छोड़ दिया है।
- **English:** In the cycle of matter (Pudgala Parivartana), this soul alone has enjoyed and discarded all matter in the universe infinite times.

गाथा **26**

- प्राकृत: सब्बम्हि लोयखेत्ते कमसो तं णत्थि जं ण उप्पण्णं। उग्गाहणेण बहुसो परिभमिदों खेत्तसंसारे।। २६।।
- हिन्दी: समस्त लोक रूपी क्षेत्र में ऐसा कोई स्थान नहीं है जहाँ यह जीव क्रमशः उत्पन्न न हुआ हो। क्षेत्र-संसार में इसने अनेक बार परिभ्रमण किया है।
- **English:** There is no place in the entire universe where this soul has not been born in succession. It has wandered extensively through the cycle of space (Kshetra Sansara).

गाथा **27**

- प्राकृत: अवसप्पिणिउस्सप्पिणिसमयावलियासु णिरवसेसासु। जादो मुदो य बहुसो परिभमिदों कालसंसारे।। २७।।
- हिन्दी: यह जीव अवसर्पिणी और उत्सर्पिणी काल की समस्त समयावलियों में उत्पन्न हुआ और मरा है; इस प्रकार इसने काल-संसार में परिभ्रमण किया है।
- **English:** Having been born and died in every single time-unit of the Avasarpini and Utsarpini eras, the soul has wandered through the cycle of time (Kala Sansara).

गाथा **28**

- प्राकृत: णिरवाउजहण्णादिसु जाव दु उवरिल्लवा दु गेवेज्जा। मिच्छत्तसंसिदेण दु बहुसो वि भवदिठदी भमिदों।। २८।।
- हिन्दी: मिथ्यात्व के आश्रय से इस जीव ने नरक की जघन्य आयु से लेकर ऊपर के ग्रैवेयक विमान तक की भव-स्थिति धारण कर अनेक बार भ्रमण किया है।
- **English:** Under the influence of false belief, the soul has wandered through lifetimes ranging from the shortest span in hell to the highest heavens of Graiveyaka.

गाथा **29**

- प्राकृत: सव्वे पयडिटिठदिओ अणुभागपदेसबंधठाणाणि। जीवो मिच्छत्तवसा भमिदों पुण भावसंसारे।। २९।।

- हिन्दी: इस जीव ने मिथ्यात्व के वश समस्त कर्म-प्रकृतियों की सब स्थितियों, अनुभागों और प्रदेश-बन्धों को प्राप्त कर बार-बार भाव-संसार में भ्रमण किया है।
- **English:** Driven by false belief, the soul has wandered through the cycle of spiritual states (Bhava Sansara), experiencing every possible combination of karma nature, duration, intensity, and space-points.

गाथा **30**

- प्राकृत: पुत्तकलत्तणिमित्तं अत्थं अज्जयदि पापबुद्धीए। परिहरदि दयादाण सो जीवो भमदि संसारे।। ३०।।
- हिन्दी: जो जीव पुत्र और स्त्री के निमित्त पाप-बुद्धि से धन कमाता है और दया-दान का त्याग करता है, वह संसार में भ्रमण करता है।
- **English:** The soul that earns wealth through sinful thoughts for the sake of family, and abandons compassion and charity, continues to wander in the cycle of existence.

गाथा **31**

- प्राकृत: मम पुत्तं मम भज्जा मम घणधण्णो त्ति तिव्वकंखाए। चइऊण धम्मबुद्धि पच्छा परिपडदि दीहसंसारे।। ३१।।
- हिन्दी: "यह मेरा पुत्र है, यह मेरी स्त्री है, यह मेरा धन है"—ऐसी तीव्र आकांक्षा से जो धर्म-बुद्धि को छोड़ता है, वह दीर्घ संसार में पड़ता है।
- **English:** One who abandons religious wisdom due to intense attachment to "my child, my spouse, my wealth," eventually falls back into long-term transmigration.

गाथा **32**

- प्राकृत: मिच्छोदयेण जीवो णिंदंतो धम्मं। कुधम्मकुलिंगकुतित्थं मण्णंतो भमदि संसारे।। ३२।।
- हिन्दी: मिथ्यात्व के उदय से यह जीव (सच्चे) धर्म की निन्दा करता हुआ कुधर्म, कुलिंग और कुतीर्थ को मानता हुआ संसार में भ्रमण करता है।
- **English:** Due to the rise of false belief, the soul slanders true religion and wanders in the cycle by following false faiths, false monks, and false shrines.

गाथा **33**

- प्राकृत: हंतुण जीवरासिं महुमंसं सेविऊण सुरयाण। परदव्ववरकलत्तं गहिऊण व भमदि संसारे।। ३३।।
- हिन्दी: जीव-राशि का घात कर, मधु-मांस-मदिरा का सेवन कर तथा पर-द्रव्य और पर-स्त्री को ग्रहण कर यह जीव संसार में भ्रमण करता है।
- **English:** Killing living beings, consuming honey, meat, and alcohol, and usurping others' property or spouses, this soul wanders through transmigration.

गाथा **34**

- प्राकृत: जत्तेण कुणइ पाव विसयणिमित्तं च अहणिस जीवो। मोहंधयारसहिओ तेण दु परिपडदि संसारे।। ३४।।
- हिन्दी: मोह रूपी अन्धकार से अंधा हुआ जीव विषयों के निमित्त रात-दिन यत्नपूर्वक पाप करता है और उससे संसार में पड़ता है।

- **English:** Blinded by the darkness of delusion, the soul diligently commits sins day and night for sensory objects, thereby falling into the cycle of birth and death.

गाथा **35**

- प्राकृत**:** णिच्चिदरधादुसत्तव तरुदसवियलिदिएसु हच्चेव। सुरणिरयतिरिवचउरों चोददस मणुए सदसहस्सा।। ३५।।
- हिन्दी**:** निगोद, पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु, वनस्पति, विकलेन्द्रिय, देव, नारकी, तिर्यंच और मनुष्यों की कुल 84 लाख (चौरासी लाख) योनियों में यह जीव भ्रमण करता है।
- **English:** The soul wanders through the 8.4 million species (Yonis), including elemental beings, plants, multi-sensed creatures, gods, hell-beings, animals, and humans.

गाथा **36**

- प्राकृत**:** संजोगविप्पजोगं लाहालाहं सुहं च दुक्खं च। संसारे भूदाणं होदि हु मां तहावमाणं च।। ३६।।
- हिन्दी**:** संसार में जीवों को संयोग-वियोग, लाभ-अलाभ, सुख-दुःख तथा मान-अपमान प्राप्त होते रहते हैं।
- **English:** In the world, beings constantly experience union and separation, gain and loss, pleasure and pain, as well as honor and insult.

गाथा **37**

- प्राकृत**:** कम्मणिमित्त जीवो हिंडदि संसारघोरकंतारे। जीवस्स ण संसारो णिच्चयणयकम्मविमुक्को।। ३७।।
- हिन्दी**:** कर्मों के निमित्त से यह जीव संसार रूपी भयानक वन में भ्रमण करता है, किन्तु निश्चयनय से जीव कर्मों से मुक्त है, अतः उसका कोई संसार नहीं है।
- **English:** Due to karma, the soul wanders in the terrible forest of transmigration; however, from the ultimate standpoint (Nishchaya-naya), the soul is free from karma and thus has no cycle of transmigration.

गाथा **38**

- प्राकृत**:** संसारमदिक्कंतो जीवोवादेयमिति विचिंतेज्जो। संसारदुहक्कंतो जीवो सो हेयमिति विचितेज्जो।। ३८।।
- हिन्दी**:** संसार से पार हुआ जीव 'उपादेय' (ग्रहण करने योग्य) है और संसार के दुःखों से ग्रस्त जीव 'हेय' (छोड़ने योग्य) है—ऐसा विचार करना चाहिये।
- **English:** One should contemplate that the soul which has transcended transmigration is to be embraced (Upadeya), while the soul trapped in worldly suffering is to be abandoned (Heya).

---

6. लोक अनुप्रेक्षा **(Loka Anupreksha - Universe):** गाथा **39–42**

गाथा **39**

- प्राकृत**:** जीवादिपयटठाणं समवाओ सो णिरुच्चए लोगो। तिविडो हवेइ लोगो अहमज्झिमउड्ढमेएण।। ३९।।

- हिन्दी: जीव आदि पदार्थों का जो समूह है, वह 'लोक' कहा जाता है। अधोलोक, मध्यलोक और ऊर्ध्वलोक के भेद से लोक तीन प्रकार का है।
- **English:** The assembly of substances such as souls and matter is called the 'Universe' (Loka). It is categorized into three parts: the lower, middle, and upper worlds.

गाथा **40**

- प्राकृत: णिरवा हवंति हेट्ठा मज्झे दीवंबुरासयो संखा। सग्गो तिसट्ठिमेओ एत्तो उड्ढं हवे मोक्खो।। ४०।।
- हिन्दी: नीचे नरक हैं, मध्य में असंख्यात द्वीप-समुद्र हैं, ऊपर त्रेसठ (63) पटलों वाला स्वर्ग है और सबसे ऊपर मोक्ष (सिद्धशिला) है।
- **English:** Hells are located below, uncountable islands and oceans are in the middle, 63 layers of heavens are above, and beyond them lies the state of liberation (Moksha).

गाथा **41**

- प्राकृत: इकतीस सत्त चत्तारि दोण्णि एक्केक्क छक्क चदुकप्पे। तिस्सिद एक्केक्केंदिकणामा उदुआदि तेसटठी।। ४१।।
- हिन्दी: (स्वर्ग के विभिन्न कल्पों और विमानों के पटलों का विवरण:) सौधर्म-ऐशान में 31, सनत्कुमार-माहेंद्र में 7, ब्रह्म-ब्रह्मोत्तर में 4, लांतव-कापिष्ठ में 2, शुक्र-महाशुक्र में 1, शतार-सहस्रार में 1, और आनत-प्राणत-आरण-अच्युत में 6 पटल हैं; इस प्रकार कुल 63 पटल हैं।
- **English:** (Detailed count of heavenly layers:) There are 31 in Saudharma-Aishana, 7 in Sanatkumara-Mahendra, 4 in Brahma-Brahmottara, 2 in Lantava-Kapishtha, 1 in Shukra-Mahashukra, 1 in Shatara-Sahasrara, and 6 in the final four; totaling 63 layers.

गाथा **42**

- प्राकृत: असुहेण णिरयतिरिवं सुहउबजोगेण दिविजणरसोक्खं। सुद्धेण लहइ सिद्धि एवं लोवं विचितिज्जो।। ४२।।
- हिन्दी: अशुभोपयोग से नरक और तिर्यंचगति, शुभोपयोग से देव और मनुष्यगति का सुख मिलता है, और शुद्धोपयोग से मुक्ति प्राप्त होती है—ऐसा लोक का विचार करना चाहिये।
- **English:** Through impure activity (Ashubha) one attains hell or animal states, through auspicious activity (Shubha) one gains divine or human pleasures, and through pure activity (Shuddha) one attains perfection. One should contemplate the universe in this way.

8. अशुचित्व अनुप्रेक्षा **(Ashuchitva Anupreksha - Impurity):** गाथा **43–46**

गाथा **43**

- प्राकृत: अट्ठीहिं परियरद्धं मंसविलित्तं तएण ओच्छण्णं। किमिमंकुलेहिं भरियमसोक्खं देहं सवाकालं।। ४३ ।।
- हिन्दी: यह शरीर हड्डियों से बना है, मांस से लिपटा है, चर्म से आच्छादित है, कीटसमूहों से भरा है और सदा मलिन रहता है।। ४३ ।।

- **English:** This body is constructed of bones, plastered with flesh, covered with skin, filled with swarms of worms, and remains perpetually impure.

गाथा **44**

- प्राकृत**:** दुग्गंधं बीभच्छं कलिमलभरिदं अचेयणं मुत्तं। सइणणगलरुणसहावं देहं इदि चिंतेहिं णिच्चं।। ४४ ।।
- हिन्दी**:** वह शरीर दुर्गन्ध से युक्त है, घृणित है, गन्दे मल से भरा हुआ है, अचेतन है, मूर्तिक है तथा सड़ना और गलना स्वभाव से सहित है ऐसा सदा चिन्तन करना चाहिये।। ४४ ।।
- **English:** Contemplate constantly that this body is foul-smelling, loathsome, filled with filth, unconscious, physical, and possesses the nature of decay and decomposition.

गाथा **45**

- प्राकृत**:** रसरुधिरमंसमेदट्ठीमज्जासंकुलं मुत्तपूयकिमिबहुल। दुग्गंधमसुइ जम्ममयमिवणणिरत्थमचेयणं पडणं।। ४५ ।।
- हिन्दी**:** यह शरीर रस, रुधिर, मांस, चर्बी, हड्डी तथा मज्जा से युक्त है, मूत्र, पीव और कीड़ों से भरा है, दुर्गन्धित है, अपवित्र है, जन्ममय है, अनित्य है, अचेतन है और पतनशील है - नश्वर है।। ४५ ।।
- **English:** This body is a mixture of fluids, blood, flesh, fat, bones, and marrow; it is full of urine, pus, and worms, foul-smelling, unholy, born of birth, transient, insentient, and perishable.

गाथा **46**

- प्राकृत**:** देहादो वदिरित्तो कम्मरयरहिओ अणंतसुहणिलओ। चोक्खो हवेइ अप्पा इदि णिच्चं भावणं कुज्जा।। ४६ ।।
- हिन्दी**:** आत्मा इस शरीर से भिन्न है, कर्मरुपी धूलि से रहित है, अनन्त सुखों का भण्डार है तथा शुद्ध है इस प्रकार निरन्तर भावना करनी चाहिये।। ४६ ।।
- **English:** One should constantly reflect that the soul is distinct from this body, free from the dust of karma, a reservoir of infinite bliss, and inherently pure.

9. आस्रव अनुप्रेक्षा **(Asrava Anupreksha - Inflow of Karma):** गाथा **47–60**

गाथा **47**

- प्राकृत**:** मिच्छत्तं अविरमणं कसायजोगा य आसवा होंति। पण पण चउतियभेदा सम्मं परिकित्तिदा समए।। ४७ ।।
- हिन्दी**:** मिथ्यात्व, अविरति, कषाय और योग से आस्रव है। उक्त मिथ्यात्व आदि आस्रव क्रम से पांच, पांच, चार और तीन भेदों से युक्त हैं आगम में इनका अच्छी तरह वर्णन किया गया है।। ४७ ।।

- **English:** The inflow of karma occurs through false belief, non-restraint, passions, and activity; these possess 5, 5, 4, and 3 subtypes respectively, as well-described in the scriptures.

गाथा **48 (**मिथ्यात्व और अविरति के भेद**)**

- प्राकृत**:** एयंतविणयविबरीयसंसयमण्णाणमिदि हवे पंच। अविरमणं हिंसादी पंचविहो सो हवइ णियमेण ।। ४८ ।।
- हिन्दी**:** एकान्त, विनय, विपरीत, संशय और अज्ञान यह पाच प्रकार का मिथ्यात्व है तथा हिंसा आदि के भेद से पांच प्रकार की अविरति नियम से होती है।। ४८ ।।
- **English:** The five types of false belief are one-sided, indiscriminate, perverse, skeptical, and ignorant; non-restraint is of five types starting with violence.

गाथा **49 (**कषाय और योग**)**

- प्राकृत**:** कोहो माणो माया लोहो वि य चउव्विहं कसायं खु। मण वचिकाएण पुणो जोगो तिवियप्पमिदि जाणे।। ४९ ।।
- हिन्दी**:** क्रोध, मान, माया और लोभ यह चार प्रकार की कषाय है। तथा मन, वचन और काय के भेद से योग के तीन भेद हैं यह जानना चाहिये।। ४९ ।।
- **English:** There are four passions: anger, pride, deceit, and greed; activity is known to be of three types: mental, vocal, and physical.

गाथा **50 (**शुभ और अशुभ योग**)**

- प्राकृत**:** असुहेदरभेदेण दु एक्केक्क वण्णिदं हवे दुविह। आहारादी सण्णा असुहमण इदि विजाणेहि।। ५०।।
- हिन्दी**:** मन, वचन और काय इन तीनों योगों में से प्रत्येक योग अशुभ और शुभ के भेद से दो प्रकार का कहा गया है। आहार आदि संज्ञाओं का होना अशुभ मन है ऐसा जानो।। ५० ।।
- **English:** Each of the three activities—mental, vocal, and physical—is described as two-fold: auspicious and inauspicious. Know that instincts like hunger are inauspicious mental activity.

गाथा **51 (**अशुभ मन के लक्षण**)**

- प्राकृत**:** किण्णादि तिण्णि लेस्सा करणजसोक्खेसु गिद्धिपरिणामो। ईसा विसादभावो असुहमणं त्ति य जिणा बेंति।। ५१ ।।
- हिन्दी**:** कृष्णादि तीन लेश्याएँ (कृष्ण, नील, कापोत), इन्द्रियजन्य सुखों में तीव्र लालसा, ईर्ष्या तथा विषादभाव अशुभ मन है, ऐसा जिनेन्द्र देव कहते हैं।। ५१ ।।
- **English:** The Jinas state that the first three thought-colorings (black, blue, grey), intense greed for sensory pleasures, envy, and despair constitute inauspicious mental activity.

गाथा **52 (**अशुभ मन के अन्य भेद**)**

- प्राकृत**:** रागो दोसो मोहो हस्सादिणोकसायपरिणामो। थूलो व सुहुमो वा असुहमणो त्ति य जिणा होति।। ५२।।
- हिन्दी**:** राग, द्वेष, मोह तथा हास्यादिक नोकषायरुप परिणाम चाहे स्थूल हों चाहे सूक्ष्म, अशुभ मन हैं, ऐसा जिनेन्द्रदेव जानते हैं।। ५२ ।।

- **English:** Attachment, aversion, delusion, and the quasi-passions like laughter—whether gross or subtle—are known by the Jinas as inauspicious mental states.

गाथा **53 (**अशुभ वचन और काय**)**

- प्राकृत**:** भत्तिलत्थिरायाचोरकहाओ वयणं वियाण असुहमिदि। बंधणछेदणमारणकिरिया सा असुहकायेत्ति।। ५३ ।।
- हिन्दी**:** भोजन-कथा, स्त्री-कथा, राज-कथा और चोर-कथा अशुभ वचन हैं। तथा बन्धन, छेदन और मारण सम्बन्धी क्रियाएँ अशुभ काय हैं।। ५३ ।।
- **English:** Know that talk about food, women, politics, and theft are inauspicious vocal activities; and acts of binding, piercing, or killing are inauspicious physical activities.

गाथा **54 (**शुभ मन का लक्षण**)**

- प्राकृत**:** मोत्तूण असुहभावं पुव्वुत्तं णिरवसेसदो दब्बं। वदसमिदिसीलसंजमपरिणाम सुहमणं जाणे।। ५४ ।।
- हिन्दी**:** पहले कहे हुए समस्त अशुभ भावों और द्रव्यों को छोड़कर व्रत, समिति, शील और संयम रूप परिणामों का होना शुभ मन है।। ५४ ।।
- **English:** Leaving behind all previously mentioned inauspicious states, know that the manifestation of vows, committees, virtues, and restraint constitutes auspicious mental activity.

गाथा **55 (**शुभ वचन और काय**)**

- प्राकृत**:** संसारकेदकारणवयण सुहवयणमिदि जिणुद्विट्ठं। जिणदेवादिसु पूजा सुहकायं त्ति य हवे चेट्ठा।। ५५।।
- हिन्दी**:** जो वचन संसार का छेद करने में कारण हैं वे शुभ वचन हैं और जिनेन्द्रदेव आदि की पूजा रूप शारीरिक प्रवृत्ति शुभ काय है।। ५५ ।।
- **English:** Speech that causes the destruction of worldly existence is auspicious; and activity such as the worship of the Jina is auspicious physical activity.

गाथा **56 (**संसार भ्रमण का कारण**)**

- प्राकृत**:** जम्मसमुद्दे बहुदोसवीचिये दुक्खजलचराकिण्णे। जीवस्स परिब्भमणं कम्मासवकारणों होदि।। ५६ ।।
- हिन्दी**:** अनेक दोषरूपी तरंगों और दुःखरूपी जलचरों से व्याप्त संसार रूपी समुद्र में जीव का परिभ्रमण कर्मास्रव के कारण ही होता है।। ५६ ।।
- **English:** The wandering of the soul in the ocean of birth, filled with waves of flaws and aquatic creatures of suffering, is caused by the inflow of karma.

गाथा **57 (**आस्रव और मोक्ष का संबंध**)**

- प्राकृत**:** कम्मासवेण जीवो बूडदि संसारसागरे घोरे। जं णाणवसं किरिया मोक्खणिमित्तं परंपरया ।। ५७।।
- हिन्दी**:** कर्मास्रव के कारण जीव संसाररूपी भयंकर समुद्र में डूब रहा है। जो क्रिया ज्ञानपूर्वक होती है वह परम्परा से मोक्ष का कारण होती है।। ५७ ।।

- **English:** Due to the inflow of karma, the soul drowns in the ocean of existence. Any action performed under the influence of knowledge becomes, in sequence, a cause for liberation.

गाथा **58 (**आस्रव का त्याग**)**

- प्राकृत**:** आसवहेदू जीवो जम्मसमुद्दे णिमज्जदे खिप्पं। आसवकिरिया तम्हा मोक्खणिमित्तं ण चितेज्जो ।। ५८ ।।
- हिन्दी**:** आस्रव के कारण जीव जन्म-समुद्र में शीघ्र डूब जाता है, इसलिये आस्रव रूप क्रिया मोक्ष का निमित्त नहीं है, ऐसा विचार करना चाहिये।। ५८ ।।
- **English:** Because of the inflow, the soul quickly sinks in the ocean of birth; therefore, actions involving inflow are not causes for liberation.

गाथा **59 (**आस्रव की निंदा**)**

- प्राकृत**:** पारंपज्जाएण दु आसवकिरियाए णत्थि णिव्वाणं। संसारगमणकारणमिदि णिंदं आसवो जाण।। ५९।।
- हिन्दी**:** परम्परा से भी आस्रव रूप क्रिया के द्वारा निर्वाण नहीं होता। आस्रव संसार-गमन का ही कारण है, इसलिये इसे निंदनीय जानो।। ५९।।
- **English:** Even in sequence, there is no Nirvana through actions of inflow. Know that inflow is censurable as it is the cause of worldly wandering.

गाथा **60 (**निश्चय नय से आस्रव का अभाव**)**

- प्राकृत**:** पुब्दुत्तासवभेदा णिच्छयणयएण णत्थि जीवस्स। उहयासवणिम्मुक्कं अप्पाणं चितए णिच्चं।। ६० ।।
- हिन्दी**:** पूर्वोक्त आस्रव के भेद निश्चयनय से जीव के नहीं हैं। इसलिये आत्मा को दोनों प्रकार के (शुभ-अशुभ) आस्रवों से रहित ही निरन्तर विचारना चाहिये।। ६० ।।
- **English:** From the ultimate standpoint, the previously mentioned types of inflow do not belong to the soul. Therefore, one should contemplate the soul as free from both kinds of inflow.

यहाँ बारसाणुवेक्खा (द्वादशानुप्रेक्षा) की गाथा संख्या 61 से 82 तक का पूर्ण विवरण प्राकृत, हिन्दी और अंग्रेजी में दिया गया है:

10. संवर अनुप्रेक्षा **(Samvara Anupreksha - Stoppage of Karma):** गाथा **61–65**

गाथा **61**

- प्राकृत**:** चलमलिणमगाढं व वज्जिय सम्मत्तदिढकवाडेण। मिच्छत्तासवदारणिरोहो होदि त्ति जिणेहिं णिद्दिदट्ठं ।। ६१ ।।
- हिन्दी**:** चल, मलिन और अगाढ दोष को छोड़कर सम्यक्त्वरुपी दृढ़कपाटों के द्वारा मिथ्यात्व रुपी आस्रव द्वार का निरोध हो जाता है ऐसा जिनेन्द्रदेव ने कहा है।। ६१ ।।
- **English:** By discarding the flaws of wavering, impurity, and shallowness, the door of inflow caused by false belief is closed by the firm bolts of right faith, as stated by the Jina.

गाथा **62**

- प्राकृत**:** पंचमहव्वयमणसा अविरमणणिरोहण हवे णियमा। कोहादि आसवाणं दाराणि कसायरडियपल्लगेडि ।। ६२ ।।
- हिन्दी**:** पंचमहाव्रतों से युक्त मन से अविरति रूप आस्रव का निरोध नियम से हो जाता है और क्रोधादि कषायरूप आस्रवों के द्वार कषाय के अभाव रूप फाटकों से रुक जाते हैं।। ६२ ।।
- **English:** Restraint of non-vow inflow surely occurs through a mind fixed on the five great vows, and the doors of passion-inflow are blocked by the gates of passionlessness.

गाथा **63**

- प्राकृत**:** सुहपरिणामपबित्ती संवरं कुणदि असुहजोगस्स। सुहजोगस्स णिरोडो सुद्धुबजोगेण संभवदि ।। ६३ ।।
- हिन्दी**:** शुभयोग की प्रवृत्ति, अशुभयोग का संवर करती है और शुद्धोपयोग के द्वारा शुभयोग का निरोध हो जाता है।। ६३ ।।
- **English:** Auspicious mental states stop the inauspicious activities, and through pure spiritual activity (Shuddhopayoga), auspicious activity is also stopped.

गाथा **64**

- प्राकृत**:** सुद्धुवजोगेण पुणो धम्मं सुक्कं च होदि झायणं। तम्हा संवरहेदू झाणो त्ति विचिंतए णिच्चं ।। ६४ ।।
- हिन्दी**:** शुद्धोपयोग से जीव के धर्मध्यान और शुक्लध्यान होते हैं, इसलिये ध्यान संवर का कारण है ऐसा निरन्तर विचार करना चाहिये।। ६४ ।।
- **English:** Pure activity leads to virtuous and pure meditation; therefore, one should constantly contemplate meditation as the primary cause of stoppage (Samvara).

गाथा **65**

- प्राकृत**:** णत्थि दु संवरणं परमट्ठणएण सुद्वभावादो । संवरभावविमुक्कं अप्पाणं चिंतए णिच्चं।। ६५ ।।
- हिन्दी**:** निश्चयनय से जीव के संवर नहीं है क्योंकि वह शुद्धभाव से सहित है। अतः आत्मा को सदा संवर भाव से रहित विचारना चाहिए।। ६५ ।।
- **English:** From the ultimate standpoint, there is no 'stoppage' for the soul as it is inherently pure; thus, one should contemplate the soul as being beyond the state of Samvara.

---

11. निर्जरा अनुप्रेक्षा **(Nirjara Anupreksha - Shedding of Karma):** गाथा **66–67**

गाथा **66**

- प्राकृत**:** बंधपदेसरगलणं णिज्जरणं इदि जिणेहिं पण्णत्तं। जेण हवे संवरणं तेण दु णिज्जरणमिदि जाण।। ६६ ।।
- हिन्दी**:** बंधे हुए कर्मप्रदेशों का गलना निर्जरा है ऐसा जिनेन्द्र भगवान् ने कहा है। जिस कारण से संवर होता है उसी कारण से निर्जरा होती है।। ६६ ।।

- **English:** The shedding of bound karma-particles is called Nirjara; know that the same spiritual causes that lead to Samvara also facilitate Nirjara.

गाथा **67**

- प्राकृत**:** सा पुण दुविहा णेया सकालपक्का तवेण कयमाणा। चदुगदियाणं पठमा वयजुत्ताणं हवे विदिया।। ६७ ।।
- हिन्दी**:** वह निर्जरा दो प्रकार की जाननी चाहिये—एक अपना उदय काल आने पर कर्मों का स्वयं पककर झड़ जाना और दूसरी तप के द्वारा की जाने वाली।। ६७ ।।
- **English:** Shedding is of two types: fruition at the natural time (for all beings) and that achieved through penance (for those with vows).

---

12. धर्म अनुप्रेक्षा **(Dharma Anupreksha - Religion):** गाथा **68–82**

गाथा **68**

- प्राकृत**:** एयारसदसमभेयं धम्मं सम्मत्तपुव्वयं भणियं। सागारणगाराणं उत्तमसुडसंपजुत्तेहिं।। ६८ ।।
- हिन्दी**:** जिनेन्द्र भगवान् ने कहा है कि गृहस्थों तथा मुनियों का वह धर्म क्रम से ग्यारह और दश भेदों से युक्त है तथा सम्यग्दर्शन पूर्वक होता है।। ६८ ।।
- **English:** The Jina has stated that religion for householders and monks consists of 11 and 10 types respectively, and must be preceded by right faith.

गाथा **69 (**गृहस्थ धर्म के **11** भेद**)**

- प्राकृत**:** दंसणवयसामाइयपोसहसच्चित्तरायभत्ते य। बम्हारंभपरिग्गहअणुमणमुदिदट्ठ देसविरदेदे ।। ६९ ।।
- हिन्दी**:** दर्शन, व्रत, सामायिक, प्रोषध, सचित्तत्याग, रात्रिभुक्ति त्याग, ब्रह्मचर्य, आरम्भत्याग, परिग्रहत्याग, अनुमतित्याग और उद्दिष्टत्याग—ये श्रावक धर्म के 11 भेद हैं।। ६९ ।।
- **English:** The householder's path has 11 stages: Right faith, vows, equanimity, fasting, fresh-food renunciation, night-eating renunciation, celibacy, renouncing occupation, renouncing possessions, renouncing consent, and renouncing specific foods.

गाथा **70 (**मुनि धर्म के **10** भेद**)**

- प्राकृत**:** उत्तमखममददवज्जवसच्चसउच्चं च संजमं चेव । तबचागमकिंवण्डं बम्हा इदि दसविह होदि।। ७० ।।
- हिन्दी**:** उत्तम क्षमा, मार्दव, आर्जव, सत्य, शौच, संयम, तप, त्याग, आकिंचन्य और ब्रह्मचर्य—ये मुनिधर्म के 10 भेद हैं।। ७० ।।
- **English:** The monk's path consists of 10 virtues: Supreme forgiveness, humility, straightforwardness, truthfulness, purity, restraint, penance, renunciation, non-attachment, and celibacy.

गाथा **71 (**उत्तम क्षमा**)**

- प्राकृत: कोहुप्पत्तिस्स पुणो बहिरंगं जदि हवेदि सक्खादं। ण कुणदि किंचि वि कोहो तस्स खमा होदि धम्मो त्ति।। ७१ ।।
- हिन्दी: यदि क्रोध की उत्पत्ति का साक्षात् कारण होने पर भी जो क्रोध नहीं करता, उसके क्षमा धर्म होता है।। ७१ ।।
- **English:** When there is a direct cause for anger but one does not yield to it, they possess the virtue of supreme forgiveness.

गाथा **72 (**उत्तम मार्दव**)**

- प्राकृत: कुलस्वजादिबुद्धिसु तबसुदसीलेसु गारवं किचि। जो ण बि कुव्वदि समणों मददबंधम्मं हवे तस्स।। ७२ ।।
- हिन्दी: जो मुनि कुल, रूप, जाति, बुद्धि, तप, श्रुत और शील के विषय में गर्व नहीं करता, उसके मार्दव धर्म होता है।। ७२ ।।
- **English:** The monk who harbors no pride in his lineage, form, caste, intelligence, penance, scriptures, or conduct, possesses supreme humility.

गाथा **73 (**उत्तम आर्जव**)**

- प्राकृत: मोत्तूण कुडिलभावं णिम्मलडिदरएण चरदि जो समणो। अज्जवधम्मं तइयो तस्स दु संभवदि णियमेण ।। ७३ ।।
- हिन्दी: कुटिल भाव छोड़कर जो निर्मल हृदय से आचरण करता है, उसके आर्जव धर्म होता है।। ७३ ।।
- **English:** Abandoning deceit and acting with a pure heart, the monk attains the third virtue, supreme straightforwardness.

गाथा **74 (**उत्तम सत्य**)**

- प्राकृत: परसंतावकारणवयर्ण मोत्तृण सपरहिदववर्ण । जो बददि भिकखु तुरियों तस्स दु घम्मो हवे सच्चं।। ७४ ।।
- हिन्दी: दूसरों को संताप देने वाले वचन छोड़कर जो हितकारी वचन बोलता है, उसके सत्य धर्म होता है।। ७४ ।।
- **English:** Renouncing speech that causes distress and speaking words beneficial to all, one possesses the fourth virtue, supreme truth.

गाथा **75 (**उत्तम शौच**)**

- प्राकृत: कंखाभावणिवितिं किच्चा देरग्गभावणाजुत्तो | जो बदढटदि परममुणी तस्स दु घम्मो हवे सोच्च।। ७५ ।।
- हिन्दी: जो मुनि इच्छाओं से निवृत्ति कर वैराग्य भाव से युक्त रहता है, उसके शौच धर्म होता है।। ७५ ।।
- **English:** The great monk who renounces desires and remains detached from worldly attractions possesses supreme purity.

गाथा **76 (**उत्तम संयम**)**

- प्राकृत: बदसमिदिपालणाए दंडच्चाएण इंदियजएण। परिणममाणस्स पुणो संजमधम्मो हवे णियमा।। ७६ ।।
- हिन्दी: व्रत और समितियों के पालन तथा इन्द्रियों को जीतने से संयम धर्म होता है।। ७६ ।।

- **English:** By observing vows and committees and conquering the senses, one surely attains the virtue of supreme restraint.

गाथा **77 (**उत्तम तप**)**

- प्राकृत**:** विसयकसायविणिग्गहभावं काऊण झाणसज्झाए। जो भावइ अप्पाणं तस्स तबं होदि णियमेण ।। ७७ ।।
- हिन्दी**:** विषयों और कषायों का निग्रह कर जो आत्मा का ध्यान करता है, उसके तप होता है।। ७७ ।।
- **English:** Controlling sensory desires and passions while contemplating the soul through meditation, one attains supreme penance.

गाथा **78 (**उत्तम त्याग**)**

- प्राकृत**:** णिव्वेगतियं भावइ मोह चइऊण सब्बदब्बेसु । जो तस्स हवे चागो इदि भणिदं जिणवरिंदेदि ।। ७८ ।।
- हिन्दी**:** मोह का त्याग कर जो तीन प्रकार के निर्वेद की भावना करता है, उसके त्याग धर्म होता है।। ७८ ।।
- **English:** Renouncing attachment to all substances and contemplating detachment (Nirveda), one attains supreme renunciation.

गाथा **79 (**उत्तम आकिंचन्य**)**

- प्राकृत**:** होऊण य णिस्संगो णियभावं णिग्गहित्तु सुहृदुहृदं । णिद्दंदेण दु बटटदि अणयारो तस्स किंचण्ड ।। ७९ ।।
- हिन्दी**:** जो परिग्रह रहित होकर सुख-दुःख के विकल्पों में नहीं पड़ता, उसके आकिंचन्य धर्म होता है।। ७९ ।।
- **English:** Being unattached and free from the dualities of pleasure and pain, a monk possesses supreme non-attachment.

गाथा **80 (**उत्तम ब्रह्मचर्य**)**

- प्राकृत**:** सब्बंगं पेच्छंतो इत्थीणं तासु मुयदि दुब्भावं। सो बम्हचेरभावं सक्कदि खलु दुद्धरं धरिदुं।। ८० ।।
- हिन्दी**:** जो विकारों से रहित होकर ब्रह्मचर्य धर्म को धारण करता है, वह इस कठिन व्रत में समर्थ होता है।। ८० ।।
- **English:** One who renounces distorted thoughts and remains pure even when facing worldly distractions is able to observe supreme celibacy.

गाथा **81 (**मुनि धर्म की श्रेष्ठता**)**

- प्राकृत**:** सावयधम्मं चत्ता जदि घम्मे जो हु वट्टए जीवो। सो णय वज्जदि मोक्खं घम्मं इदि चितए णिच्चं।। ८१ ।।
- हिन्दी**:** श्रावक धर्म छोड़कर जो मुनि धर्म धारण करता है, उसे मोक्ष अवश्य प्राप्त होता है।। ८१ ।।
- **English:** The soul that advances from householder life to the conduct of a monk surely attains liberation.

गाथा **82 (**शुद्ध आत्मा का चिंतन**)**

- प्राकृत: णिच्कयणएण जीवो सागारणगारघम्मदो मिण्णो। मज्झत्यभावणाए सुद्धप्पं चितए णिच्चं।। ८२ ।।
- हिन्दी: निश्चयनय से जीव गृहस्थ और मुनि धर्म से भिन्न है, अतः निरन्तर शुद्ध आत्मा का चिंतन करना चाहिए।। ८२ ।।
- **English:** From the ultimate standpoint, the soul is distinct from both householder and monk roles; therefore, one should constantly contemplate the pure soul.

यहाँ बारसाणुवेक्खा (द्वादशानुप्रेक्षा) की अंतिम गाथाएं (83 से 91) दी गई हैं, जो इस ग्रन्थ को पूर्ण करती हैं:

13. बोधिदुर्लभ अनुप्रेक्षा (Bodhi-Durlabha - Rarity of Enlightenment): गाथा 83–86

गाथा **83**

- प्राकृत: उपज्जदि सण्णाणं जेण उवाएण तस्सुवायस्स । चिता हवेइ बोहो अच्चंतं दुल्लहं होदि।। ८३ ।।
- हिन्दी: जिस उपाय से सम्यग्ज्ञान उत्पन्न होता है उस उपाय की चिन्ता बोधि है, यह बोधि (रत्नत्रय) अत्यंत दुर्लभ है।। ८३ ।।
- **English:** The contemplation of the means by which right knowledge is attained is called Bodhi; this enlightenment is extremely rare to achieve.

गाथा **84**

- प्राकृत: कम्मुदयजपज्जायं हेयं खाओवसमियणाणं तु। सगदव्वमुवादेयं णिच्छयत्ति होदि सण्णाणं।। ८४ ।।
- हिन्दी: कर्मोदय से होने वाली पर्याय होने के कारण क्षायोपशमिक ज्ञान हेय है और आत्मद्रव्य उपादेय है, ऐसा निश्चय होना ही सच्चा सम्यग्ज्ञान है।। ८४ ।।
- **English:** Right knowledge consists in the realization that partial knowledge (Kshayopashamika) is to be abandoned as it arises from karma, while the pure self-substance is to be embraced.

गाथा **85**

- प्राकृत: मूलुत्तरपयडीओ मिच्छत्तादी असंखलोगपरिमाणा। परदव्वं सगदव्बं अप्पा इदि णिच्छयणएण ।। ८५ ।।
- हिन्दी: मिथ्यात्व आदि असंख्यात लोक प्रमाण जो कर्मों की मूल तथा उत्तर प्रकृतियाँ हैं वे सब परद्रव्य हैं और आत्मा स्वद्रव्य है ऐसा निश्चयनय से जानना चाहिये।। ८५ ।।
- **English:** From the ultimate standpoint, the primary and secondary karma-natures, which are countless, are foreign substances; the soul alone is one's own substance.

गाथा **86**

- प्राकृत: एवं जायदि णाणं हेयमुवादेय णिच्छये णत्वि। चिंतिज्जड मुणि बोहिं संसारविरमणट्ठे य।। ८६ ।।
- हिन्दी: इस प्रकार स्वद्रव्य और परद्रव्य का चिन्तन करने से हेय और उपादेय का ज्ञान होता है। मुनि को संसार का अंत करने के लिये इस बोधि का विचार करना चाहिये।। ८६ ।।
- **English:** Contemplating the self and the non-self leads to the knowledge of what to abandon and what to accept. A monk should meditate on this enlightenment to end the cycle of transmigration.

उपसंहार **(Conclusion):** गाथा **87–91**

गाथा **87**

- प्राकृत**:** बारसअणवेक्खाओ पच्चक्खाणं तहेव पडिक्कमणं । आलोयणं समाहिं तम्हा भावेज्ज अणुवेक्खं।। ८७ ।।
- हिन्दी**:** ये बारह अनुप्रेक्षाएँ ही प्रत्याख्यान, प्रतिक्रमण, आलोचना और समाधि हैं, इसलिये इन अनुप्रेक्षाओं की निरंतर भावना करनी चाहिए।। ८७ ।।
- **English:** These twelve contemplations (Anuprekshas) themselves constitute renunciation, repentance, self-criticism, and equanimity; therefore, one should constantly reflect upon them.

गाथा **88**

- प्राकृत**:** रत्तिंदिवं पडिकमणं पच्चक्खाणं समाहि सामाइयं। आलोयणं पकुव्वदि जदि विज्जदि अप्पणो सत्ती।। ८८ ।।
- हिन्दी**:** यदि अपनी शक्ति हो तो रात-दिन प्रतिक्रमण, प्रत्याख्यान, समाधि, सामायिक और आलोचना करनी चाहिये।। ८८ ।।
- **English:** If one has the strength, one should practice repentance, renunciation, equanimity, and self-reflection day and night.

गाथा **89**

- प्राकृत**:** मोक्खगया जे पुरिसा अणाइकालेण बारसअणवेक्खं । परिभाविऊण सम्मं पणमामि पुणो पुणो तेसिं।। ८९ ।।
- हिन्दी**:** जो पुरुष अनादिकाल से बारह अनुप्रेक्षाओं का अच्छी तरह चिन्तन कर मोक्ष गये हैं, मैं उन्हें बार-बार प्रणाम करता हूँ।। ८९ ।।
- **English:** I bow again and again to those great souls who, throughout beginningless time, have attained liberation by perfectly contemplating these twelve Anuprekshas.

गाथा **90**

- प्राकृत**:** कि पलविएण बहुणा जे सिद्धा णरवरा गए काले। सिज्झिहदि जे वि भविया तं जाणह सम्ममाहप्पं।। ९० ।।
- हिन्दी**:** अधिक कहने से क्या लाभ? भूतकाल में जो श्रेष्ठ पुरुष सिद्ध हुए हैं और भविष्य में जो सिद्ध होंगे, उस सबको तुम इन अनुप्रेक्षाओं का ही माहात्म्य जानो।। ९० ।।
- **English:** What is the use of speaking much? Know that all the great men who achieved perfection in the past, or will do so in the future, did so through the power of these contemplations.

गाथा **91**

- प्राकृत**:** इदि णिच्छयववहारं जं भणियं कुंदकुंदमुणिणाहे । जो भावइ सुद्धमणो सो पावइ परमणिव्वाणं।। ९१ ।।

- हिन्दी: इस प्रकार कुन्दकुन्द मुनिराज ने निश्चय और व्यवहार का आलम्बन लेकर जो कहा है, शुद्ध हृदय होकर जो उसकी भावना करता है, वह परम निर्वाण को प्राप्त होता है।। ९१ ।।
- **English:** Thus, whatever has been spoken by the great sage Kundakunda through the perspectives of the ultimate and the relative, whoever contemplates it with a pure mind attains supreme Nirvana.

इसके साथ बारसाणुवेक्खा (द्वादशानुप्रेक्षा) का पाठ पूर्ण हुआ।